

## **Psicologie**

Il programma prevede lo studio della mente e del suo funzionamento: come funziona la mente conscia e la mente inconscia dal punto di vista di Freud, Jung, Assagioli. Vengono utilizzate immagini, quali ad esempio l'iceberg e l'uovo di Assagioli e forniti strumenti per la comprensione di come la conoscenza di sé possa portare più consapevolezza: ad esempio sugli schemi di controllo della propria vita che creano blocchi. Attraverso il metodo integrato possiamo dare una visione più ampia dei meccanismi che operano sul funzionamento della mente umana.

Nel nostro percorso è previsto lo studio della vita perinatale e natale (Verny, Soldera, Leboyer, Odent) e di come i blocchi creati in quella fase riducano la resilienza. Tale studio serve anche a portare attenzione e migliorare la consapevolezza di quei futuri genitori che frequentano i nostri corsi.

Abbiamo optato per una scuola integrata andando oltre i confini di un'unica filosofia di riferimento, cercando di imparare da diversi modelli di apprendimento e vedendo la vita da diverse prospettive. Dove non arriva una può arrivare un'altra, sempre con lo scopo di aiutare le persone laddove si possono aiutare.

L'apertura verso diverse teorie e tecniche fa sì che i modelli si arricchiscano reciprocamente portando beneficio e modelli più efficaci per l'utenza. Infatti i nostri interventi sono sempre a beneficio della persona, che è al centro della nostra attenzione, non tanto e non solo per le problematiche che porta ma anche e soprattutto per le risorse e i talenti che potrà sviluppare, in un'ottica di fiducia, introspezione e armonia.

Utilizzando gli strumenti adeguati, sempre nella cornice di un atteggiamento di accoglienza e senza etichettare la persona che si rivolge a noi, rimaniamo aperti ad esplorare, con la fiducia massima nel processo, accompagnando la persona a seconda del momento di vita che sta attraversando e variando da caso a caso, con la metodologia più adeguata al momento che sta vivendo.

La nostra metodologia si avvale di lezioni frontali, in cerchio e moltissime esercitazioni pratiche che si svolgeranno in coppie, in triadi, in gruppo. Con la supervisione di tutor e insegnante.

Ci occupiamo più esattamente: approccio rogersiano, l'evoluzione del pensiero di Carl Rogers, la riformulazione in tutte le sue sfaccettature, i concetti chiave della terapia basata sulla persona, le qualità di un buon Counselor, ascolto attivo, empatia. Maslow e Rollo May.

Vita perinatale e natale: l'influsso della vita intrauterina e della nascita sulla vita quotidiana, come i blocchi legati alla nascita influiscono sulla vita adulta e come applicare queste conoscenze al Counseling.

Programmazione neurolinguistica: canali sensoriali e altri modelli della Pnl e loro utilizzo nel Counseling.

Reich e le corazze: la corazza emozionale e muscolare, lavoro sul corpo, centri energetici e blocchi relativi.

Bioenergetica di Lowen: grounding, lavoro sul corpo, tornare a vibrare. Lavorare sulla presenza dell'operatore grazie al fluire libero dell'energia vitale. Studio della postura e del linguaggio non verbale.

Assagioli e l'approccio psicosintetico: l'uovo, il funzionamento e la complessità della mente secondo Assagioli. Il transpersonale nel Counseling.

Gestalt di Perls: ciclo del contatto, meccanismi di interruzione e fuga dal contatto e loro applicazione al Counseling. Integrazione del ciclo del contatto allo studio della respirazione.

Analisi Transazionale: i tre stati dell'Io, il soddisfacimento dei bisogni, le transazioni emozionali.

Teoria dell'attaccamento di Bowlby: da questa teoria si può facilmente comprendere la complessità delle relazioni. Il Counselor può diventare un esempio di relazione funzionale, accogliendo e accompagnando il cliente alla crescita, all'evoluzione ed infine lasciandolo andare nella libertà.

Modello sistemico relazionale: principali aspetti teorici del modello, pratica ed esercitazioni. Studio della famiglia funzionale e disfunzionale, come è cambiata e come si evolve. Il contesto sociale e scolastico. Come funzionano le relazioni e come imparare a creare relazioni soddisfacenti.

Studio e pratica della respirazione: verrà dato ampio spazio alla teoria e alla pratica della respirazione. Il modello è quello della respirazione connessa, senza pause, una parte antica del pranayama che crea circolazione di prana (energia) oltre che ossigeno. Lo studio della respirazione energetica sarà sostenuto dalla lezione del medico, esperto in materia e che insegna nella nostra scuola dal 2001.

Intelligenze multiple di Gardner: comprendere di che tipo di intelligenza si è può aiutare a comprendere che non esistono persone stupide, ma esistono modelli diversi di intelligenza. Anche di fronte ai nostri clienti è importante relazionarsi in modo non

giudicante e aperto aiutando a comprendere in che modo realizzarsi, utilizzando le proprie risorse interne invece che impegnarsi a cercare di essere quello che non si è. Ognuno è portato verso qualcosa, vivere il proprio scopo nella vita e aiutare gli altri a contattarlo può essere un grande dono della nostra professione.